# Grand Master

## Medicina y Psicología del Deporte

Avalado por la NBA



tech universidad tecnológica



tech universidad tecnológica

# Grand Master

## Medicina y Psicología del Deporte

Modalidad: **Online**
Duración: **2 años**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
Horas lectivas: **3.000 h.**
Acceso web: **www.techtitute.com/medicina/grand-master/grand-master-medicina-psicologia-deporte**

# Índice


01 Presentación — pág. 4

02 Objetivos — pág. 8

03 Competencias — pág. 14

04 Dirección del curso — pág. 18

05 Estructura y contenido — pág. 26

06 Metodología — pág. 38

07 Titulación — pág. 46

01

# Presentación

La importancia que ha tomado el deporte profesional y amateur en los últimos años, sobre todo el relacionado con modalidades deportivas diferentes a las tradicionales, ha hecho que especialidades como la medicina deportiva avancen considerablemente en el tratamiento de nuevas lesiones o técnicas de prevención específicas para cada uno. Además, dentro de este sector, el papel psicológico del médico toma especial relevancia en el desarrollo positivo del paciente, por lo que el profesional debe manejar también los aspectos más relevantes y novedosos de esta ciencia para así ofrecer un servicio más completo y eficaz. Por esa razón, y con el fin de ahondar en los aspectos de ambas especialidades, TECH ha desarrollado este completísimo programa 100% online que aportará al egresado una visión actualizada de la medicina y la psicología deportiva. Una titulación diseñada por expertos con la que perfeccionar sus competencias en la intervención específica en función a las características de cada caso clínico.





*TECH presenta este completísimo programa que aúna los aspectos más relevantes y novedosos de la medicina y la psicología deportiva en una única y exhaustiva titulación 100% online"*

El fútbol siempre ha sido el deporte rey, sobre todo en occidente y Sudamérica. Y es que no solo lo practican de manera profesional decenas de miles de personas, sino que también domina las estadísticas amateurs. Sin embargo, en los últimos años se ha producido un cambio en la cultura deportiva que ha supuesto el crecimiento de modalidades como la natación, el atletismo, el ciclismo, los deportes de raqueta, la danza, el baloncesto, el triatlón y un largo etcétera. Debido a esto, la aparición de nuevas lesiones y afecciones físico-musculares comunes derivadas de estas prácticas, así como los avances en materia de tratamientos de prevención y rehabilitación ha crecido exponencialmente, creándose, incluso, protocolos de manejo específicos para cada caso.

Dentro de estas especificaciones destaca el desarrollo de la psicología deportiva aplicada a la medicina y el importante papel del especialista en la intervención física y mental del paciente. Por esa razón, el médico que dedique su práctica profesional a esta área debe poseer un conocimiento amplio y actualizado que le permita abordar casos clínicos comunes y complejos con la garantía de estarlo haciendo en función a las últimas evidencias científicas del sector.

Por esa razón, TECH ha desarrollado este completísimo programa en Medicina y Psicología del Deporte, un programa multidisciplinar que ahonda de manera exhaustiva en el manejo médico y psicológico del deportista. Se trata de una titulación diseñada por expertos en ambas ciencias que aportará al egresado, por un lado, una visión amplia y actualizada sobre la lesión deportiva y su valoración, las recomendaciones médicas en situaciones específicas como el embarazo o cuando se padece algún tipo de enfermedad como el cáncer, la osteoporosis o las derivadas de las patologías cardiovasculares, y el manejo terapéutico de pacientes con discapacidad o que requieran de una práctica adaptada a sus condiciones físicas. Por otro, abordará de manera integral la psicología deportiva y su aplicación a la intervención médica, haciendo especial hincapié en las técnicas más efectivas y en las herramientas recomendadas para cada caso.

Se trata de una oportunidad única de ampliar sus conocimientos y perfeccionar sus habilidades y destrezas médicas en el manejo clínico de pacientes deportivos de una manera 100% online, sin horarios ni clases presenciales. Además, contará con cientos de horas del mejor material teórico, práctico y adicional para profundizar en cada apartado del temario y hacer de este programa una experiencia académica única y altamente beneficiosa para su práctica médica.

Este **Grand Master en Medicina y Psicología del Deporte** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en medicina y psicología deportiva
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras en el manejo médico y psicológico de pacientes deportistas
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet

*Ahondarás en las herramientas de evaluación física y psicológica del deportista, así como en los enteramientos recomendados para fortalecer ambas partes”*

*Poseer un conocimiento amplio y actualizado del manejo terapéutico en lesiones deportivas te servirá para establecer nuevos protocolos de actuación y para conocer las últimas tecnologías aplicadas a su tratamiento"*

*Tendrás acceso al mejor contenido sobre medicina regenerativa aplicada al deporte y a las consideraciones clínicas, terapéuticas y administrativas a tener en cuenta en cada caso específico.*

*Gracias a esta titulación podrás ponerte al día de las recomendaciones médicas relacionadas con el embarazo, el puerperio y la lactancia en la práctica deportiva amateur y profesional.*

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la medicina y la psicología deportiva, que vierten en este programa la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un estudio inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el alumno deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.



02

# Objetivos

Debido al desarrollo que ha vivido en los últimos años la medicina y la psicología deportiva, TECH ha considerado necesario diseñar una titulación que permita al egresado satisfacer sus inquietudes académicas, así como ampliar y actualizar sus conocimientos con el curso de una única, pero completísima titulación. Es por ello que el objetivo de este Grand Master es aportarle todas las herramientas que le ayuden a ponerse al día en materia de tratamientos y abordajes clínicos de pacientes deportistas, tanto profesionales como amateurs, así como a perfeccionar sus habilidades médicas para garantizar una intervención basada en las últimas evidencias científicas del sector.





*El objetivo de TECH con este Grand Master es que amplíes tus conocimientos en el manejo terapéutico de lesiones deportivas y conozcas al detalle los últimos avances en terapia manual, bloqueos nerviosos y vendajes"*

## Objetivos generales

- Estudiar las diferentes lesiones que pueden ocurrir en los diferentes deportes
- Conocer las patologías más frecuentes del miembro superior en el deportista
- Ahondar en los hallazgos radiológicos de la patología del miembro superior
- Conocer las lesiones más frecuentes del miembro inferior en el deportista, su etiología y mecanismo lesionales
- Aprender a realizar una correcta valoración clínica
- Conocer los métodos de diagnóstico y opciones de tratamiento más eficaces
- Conocer diferentes situaciones en las que el ejercicio y el deporte tiene aspectos diferenciales de la población general
- Saber qué beneficios y riesgos tiene el deporte en determinadas enfermedades
- Profundizar en las diferentes modalidades terapéuticas para prevenir y tratar la lesión deportiva, sus indicaciones y beneficios
- Adquirir conocimientos más específicos y actuales dentro del campo de la nutrición y la dietética deportiva para casos específicos de actividad deportiva y suplementación nutricional deportiva
- Conocer en profundidad el significado del dopaje, sus orígenes, cuáles son las sustancias dopantes y sus consecuencias sobre la salud, las técnicas para su detección, bases legales de regulación y los métodos de lucha contra él, así como sus estrategias de prevención
- Abarcar los diferentes estilos de liderazgo con mayor éxito en el panorama deportivo
- Estudiar la gestión de equipo de alto rendimiento a nivel psicológico y motivacional
- Examinar los pilares básicos sobre los que se sustenta la Psicología Deportiva
- Analizar las posibles aplicaciones de las técnicas y metodologías más socorridas en el *coaching* deportivo
- Aprender las técnicas psicológicas con un uso más frecuente en el ámbito del deporte
- Conocer la figura del líder en el deporte individual y colectivo
- Entender la importancia de la marca personal para un buen desarrollo profesional
- Actualizar la gestión de las diferentes herramientas digitales para difundir la marca personal
- Profundizar en la transformación cultural de las organizaciones deportivas
- Estudiar las diferentes herramientas interdisciplinares del psicólogo y *coach* deportivo
- Ahondar en la labor del psicólogo como facilitador en el contexto del deporte

## Objetivos específicos

### Módulo 1. La lesión deportiva

- Saber diferenciar los tipos de lesión de lesión deportiva, aspecto clave para el diagnóstico y enfoque terapéutico precisos
- Determinar las causas de la lesión deportiva y sus posibles mecanismos de producción
- Controlar las diferentes fases de la lesión deportiva
- Aprender en qué consiste un programa de prevención de lesiones deportivas
- Conocer la fisiología de los diferentes sistemas implicados en el ejercicio físico y su relevancia en la lesión deportiva
- Conocer a fondo el metabolismo del lactato, y los nuevos enfoques a la hora de interpretar sus funciones

### Módulo 2. Valoración del deportista

- Conocer las pruebas clínicas y funcionales que se deben realizar al deportista
- Profundizar en los mecanismos de producción de fuerza, velocidad, potencia y la condición física del deportista y su rendimiento deportivo
- Conocer las principales pruebas de imagen que se pueden realizar en el deportista
- Ahondar en las principales pruebas funcionales específicas para descartar patología en el deportista y adecuar los tipos de entrenamiento

### Módulo 3. Lesiones y deporte

- Conocer los datos epidemiológicos de las diferentes lesiones según los deportes y su relevancia en la práctica habitual
- Realizar correcta exploración de la patología musculoesquelética en los distintos deportes tratados en los temas
- Conocer las lesiones más prevalentes y de mayor severidad estableciendo tiempos de recuperación
- Aprender a solicitar las pruebas de imagen correctas para cada tipo de lesión
- Profundizar en la identificación de cuando retomar la actividad deportiva
- Ahondar en las bases de un entrenamiento físico óptimo
- Actualizar los efectos de las hormonas sobre la vuelta del deportista a la práctica deportiva
- Aprender a realizar una intervención nutricional sobre el deportista

### Módulo 4. Lesiones deportivas del miembro superior

- Adecuar la actividad deportiva a las lesiones del miembro superior
- Adaptar el ejercicio para la recuperación del deportista con lesiones del miembro superior

### Módulo 5. Lesiones deportivas del miembro inferior

- Saber realizar las maniobras de exploración más útiles en la exploración física
- Conocer los hallazgos radiológicos de la patología del miembro inferior
- Saber establecer el pronóstico de la lesión
- Saber adecuar la actividad deportiva a las lesiones del miembro inferior
- Saber cómo adaptar el ejercicio para la recuperación del deportista con lesiones del miembro inferior

### Módulo 6. Lesiones deportivas en columna

- Conocer la biomecánica lesional del raquis en el deportista. Qué movimientos generan lesiones, cómo entrenar al deportista para evitarlas y, según la localización y características del dolor, en qué segmento o estructura pensar a la hora del diagnóstico
- Distinguir qué deportes pueden producir evolución negativa de las deformidades vertebrales y qué combinaciones deformidad / deporte específico presentan mayor tendencia a lesiones o dolor en columna
- Investigar qué beneficio real se puede esperar de las nuevas alternativas terapéuticas que prometen rápida recuperación de las lesiones o desaparición del dolor de columna donde los tratamientos clásicos no han conseguido beneficio

### Módulo 7. Deporte en situaciones específicas

- Saber las indicaciones y contraindicaciones del ejercicio en estas poblaciones específicas
- Ahondar en los tratamientos médicos empleados habitualmente en patologías específicas
- Saber cuándo hay que derivar al deportista a un médico especialista
- Profundizar en los programas de entrenamiento específicos

### Módulo 8. Manejo terapéutico en lesiones deportivas

- Saber cuáles son las indicaciones y contraindicaciones de las diferentes opciones terapéuticas estudiadas
- Profundizar en los efectos esperables de cada una de ellas y las posibles complicaciones
- Adentrarse en el mundo de las nuevas tecnologías en el ámbito deportivo
- Saber cómo manejar la alta exigencia del deporte profesional o de alto rendimiento

### Módulo 9. Dopaje y nutrición en el deporte

- Aplicar los conocimientos adquiridos en múltiples ámbitos laborales tales como: consulta médico asistencial, instituciones antidopaje, clubes, asociaciones, patronatos y federaciones deportivas, centros de Medicina del Deporte, abogados que trabajan con deportistas y farmacéuticos con atención al público

### Módulo 10. Deporte adaptado y discapacidad

- Saber las indicaciones y contraindicaciones del ejercicio en estos deportistas
- Conocer las necesidades específicas para realizar la práctica deportiva en deportistas con discapacidad
- Profundizar en el conocimiento de la práctica deportiva en personas con discapacidad

### Módulo 11. Fundamentos básicos de la psicología deportiva

- Indagar en los principales roles del psicólogo y *coach* deportivo
- Conocer las funciones psicológicas implicadas en el arbitraje deportivo
- Estudiar el proceso psicológico desde la demanda a la intervención propia
- Analizar la protección social y estructuras de coordinación existentes en Psicología deportiva

### Módulo 12. Liderazgo y gestión de equipos de alto rendimiento
- Estudiar los modelos de gestión más eficaces en el alto rendimiento deportivo
- Aprender a aplicar un liderazgo de eficacia en el ámbito deportivo

### Módulo 13. Aplicaciones del *coaching* en el mundo del deporte
- Conocer el proceso básico del *coaching* individual
- Analizar la metodología de un proceso de *coaching* deportivo
- Aprender a diseñar un plan de trabajo efectivo

### Módulo 14. Técnicas psicológicas aplicadas al deporte
- Ahondar en el deporte inclusivo y los deportes específicos
- Desgranar el proceso de toma de decisiones en el deporte
- Conocer los planes de objetivos y competición integrales
- Profundizar en las técnicas para generar confianza y autocontrol emocional

### Módulo 15. Liderazgo aplicado en deporte individual y colectivo
- Conocer las diferencias entre el psicólogo deportivo y el *coach*
- Ahondar en el concepto de entrenamiento psicológico
- Aprender a generar una mentalidad de equipo
- Conocer cómo fomentar el autoliderazgo
- Profundizar en los métodos para asumir una derrota

### Módulo 16. Herramientas de facilitación para el psicólogo y *coach* deportivo
- Ahondar en el entrenamiento psicológico de deportes concretos
- Aprender a optimizar el proceso de aprendizaje del deportista, buscando su regularidad en el rendimiento
- Abordar las lesiones y readaptación del deportista profesional

### Módulo 17. Marca personal y gestión de herramientas digitales
- Aprender los fundamentos básicos y posicionamiento de una marca personal
- Ahondar en la gestión y manejo de redes sociales para alcanzar objetivos profesionales
- Conocer el uso adecuado de las redes sociales por parte del deportista
- Estudiar las técnicas de persuasión e influencia aplicables a las diferentes plataformas de blog, podcast o videoblogs
- Estudiar la pirámide psicológica del rendimiento deportivo

### Módulo 18. La transformación cultural en las organizaciones deportivas
- Abarcar la gestión de equipos como figura de *coach* deportivo
- Analizar los valores que impulsan a las organizaciones deportivas
- Conocer el diseño de planes de intervención que se llevan a cabo en los equipos y organizaciones

### Módulo 19. El psicólogo y el *coach* como facilitador
- Ahondar en la capacitación de los técnicos deportivos desde un punto de vista psicológico
- Conocer el proceso de diseño de talleres e investigación aplicada a Psicología Deportiva

### Módulo 20. Los e-Sports
- Profundizar en qué son los e-Sports
- Conocer la importancia actual de la industria del videojuego y su impacto psicológico
- Ahondar y conocer las diferentes funciones del psicólogo en la industria del videojuego
- Entender cuáles son las perspectivas futuras del mundo de los e-Sports
- Profundizar en los medios de prevención de las patologías psicológicas como la depresión en la industria del videojuego

03

# Competencias

Un profesional de la medicina que se dedique de manera especializada al sector deportivo ya conoce al detalle los aspectos más relevantes de su profesión. Por esa razón, TECH ha diseñado este programa con el fin de que pueda ampliar y actualizar sus conocimientos, al mismo tiempo que perfecciona las competencias requeridas por el día a día de su consulta, basando sus diagnósticos y tratamientos en las últimas novedades sobre el manejo terapéutico de lesiones deportivas. De esta manera, podrá conocer los avances de la especialidad, tanto desde el punto de vista del abordaje físico como psicológico, y podrá ofrecer a sus pacientes un tratamiento personalizado y específico basado en las evidencias científicas más modernas de la medicina y la psicología.





*Ahondarás en los últimos estudios sobre lesiones en raquis derivadas de la halterofilia y el fisioculturismo, las recomendaciones terapéuticas más novedosas y los tratamientos adecuados para la recuperación de la columna"*

## Competencias generales

- Conocer las diferencias entre actividad física, ejercicio y deporte
- Aprender los aspectos generales más relevantes acerca de la lesión deportiva
- Considerar y conocer los aspectos fisiológicos relacionados con la lesión deportiva
- Saber cómo se evalúa la condición física de un deportista
- Conocer las pruebas clínicas y funcionales que se deben realizar al deportista
- Conocer las principales pruebas de imagen que se pueden realizar en el deportista
- Ahondar en las principales pruebas funcionales específicas para descartar patología en el deportista y adecuar los tipos de entrenamiento
- Liderar equipos de alto rendimiento en diferentes entornos deportivos, incluidos los deportes electrónicos
- Dominar la psicología deportiva, tanto en sus estamentos básicos como en los más avanzados
- Saber qué estrategias psicológicas emplear en cada situación
- Capitanear tanto a equipos como a personas concretas, diferenciando claramente estrategias en deportes individuales y colectivos
- Desarrollar una marca personal potente y destacable en el panorama deportivo de su elección
- Entender las particularidades culturales que atañen a las organizaciones deportivas
- Emplear las diferentes herramientas de facilitación específicas del *coaching* deportivo



## Competencias específicas

- Profundizar en los mecanismos de producción de fuerza, velocidad, potencia y la condición física del deportista y su rendimiento deportivo
- Aportar las herramientas necesarias para comprender la epidemiología, la biomecánica y fisiopatología de las lesiones más prevalentes en los diferentes deportes tanto a nivel de los miembros superiores como de los miembros inferiores, así como lesiones de raquis, basándose en los estudios más relevantes, así como las últimas publicaciones
- Reunir recursos de estudio para un conocimiento de la terapéutica de las distintas lesiones y el proceso de recuperación de estas
- Ser capaz de profundizar en los puntos clave en el proceso de rehabilitación para poder llevar a cabo una correcta práctica clínica diaria
- Saber realizar un diagnóstico y escoger el tratamiento adecuado de las patologías más frecuentes de raquis en el deportista: espondilólisis, dolor discogénico, lesiones traumáticas (fracturas, luxaciones, esguinces, etc.)
- Ahondar en las consecuencias principales de los deportes potencialmente más lesivos a nivel de raquis y qué modificaciones en el entrenamiento u orientación específica de ejercicios puede prevenir o minimizar dicha patología. Dentro de ellos se hablará específicamente de la halterofilia y el fisioculturismo
- Identificar por qué le duele la columna a su deportista, cuáles son las causas o mecanismo que han generado dicho dolor y los métodos diagnósticos que puede utilizar para llegar a sus conclusiones
- Saber qué tratamientos, dentro del arsenal terapéutico disponible, tienen un beneficio comprobado en el deportista y en qué momento poder hacer uso de ellos
- Presentar los elementos específicos del deporte para personas con discapacidad como son sus distintas modalidades, sus elementos organizativos, las clasificaciones deportivas, las lesiones más habituales, los elementos asociados al dopaje, las líneas de investigación más actuales y la experiencia personal de un deportista de élite
- Asesorar al deportista sea cual sea su disciplina deportiva tanto en el campo de la competición como en la práctica del deporte amateur o aficionado
- Distinguir las estrategias a seguir según el nivel deportivo, ya sea de alto rendimiento, tecnificación o deporte base
- Intervenir psicológicamente en las situaciones de riesgo del deportista
- Adquirir y desarrollar una metodología de trabajo propia para el *coaching* deportivo
- Favorecer la confianza y autocontrol emocional en el deportista
- Aplicar el *Live Training* al *coaching* deportivo
- Diagnosticar eficazmente el estado psicológico de equipos u organizaciones deportivas
- Abordar de forma ágil la retirada en el deporte profesional
- Emplear el *mindfulness* y neurociencia a la percepción y rendimiento del deportista
- Diseñar talleres y sesiones de intervención en distintos ámbitos deportivos

04

# Dirección del curso

Con el fin de aportar a esta titulación un plus de excelencia académica, TECH ha seleccionado para la dirección y docencia de este Grand Master a un equipo versado en el manejo clínico, tanto médico como psicológico, de pacientes deportista procedentes de varias modalidades. Se trata de un equipo de expertos en el sector que cuenta con una trayectoria profesional amplia, dispuestos a ayudar al egresado en su búsqueda de la perfección y la actualidad terapéutica, que, además, estará a su disposición para facilitarle esta experiencia académica en base su propia experiencia.





*La experiencia del equipo docente te servirá de guía y te ayudará a conocer la evolución de la especialidad, así como una visión diferente sobre las técnicas y tratamientos que mejores resultados han tenido en su trayectoria"*

## Dirección



### Dra. Palomino Aguado, Blanca

- Jefa de Servicio Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Ramón y Cajal
- Profesora Asociada UAH de Radiología y Medicina Física en el Departamento de Especialidades Médicas
- Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra
- Máster en Valoración del Daño Corporal por la Universidad Autónoma Madrid
- Máster en Dirección Estratégica de Sociedades Científicas por ESADE Business School
- Máster Experta Universitaria en Gestión Clínica por el Instituto de Salud Carlos III y la Universidad Nacional de Educación a distancia
- Doctora en Medicina, con sobresaliente Cum Laude, por la Universidad Complutense de Madrid
- Posee varios premios en actividades científicas



## Dra. Alonso Álvarez, Belén

- Jefa de Sección Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Ramón y Cajal
- Coordinadora de la Unidad Funcional de Parálisis Facial del Hospital Ramón y Cajal
- Coordinadora Escuela de pacientes con cáncer de mama del Hospital Ramón y Cajal
- Profesora Clínica de la asignatura Rehabilitación UAH en el Departamento de Especialidades Médicas
- Profesora de la asignatura del Aparato Locomotor en la Universidad Europea
- Acreditada por la Escuela de Ecografía Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física para el uso de la ecografía como medio diagnóstico y terapéutico en Rehabilitación
- Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma Madrid
- Máster en Valoración del Daño Corporal por Universidad Autónoma Madrid
- Máster en Dirección Estratégica de Sociedades Científicas por ESADE Business School
- Doctora en Medicina, con sobresaliente Cum Laude, por la Universidad Complutense Madrid
- Posee varios premios en actividades científicas

## Profesores

### Dr. Eliassi Antuña, Keyvan

- Consultas de traumatología y ayudante en quirófano en la Unidad de hombro y rodilla, Infiltraciones guiadas y Medicina Deportiva en Clínica CEMTRO
- Licenciado en medicina por la Universidad Complutense de Madrid
- Médico Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte por la Universidad Complutense de Madrid
- Máster Universitario en Traumatología del Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- Experto en Ecografía Musculoesquelética por la Universidad Francisco de Víctor

### Dr. Gil Agudo, Ángel Manuel

- Jefe de Servicio del Servicio de Rehabilitación del Hospital Nacional de Parapléjicos
- Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad Complutense de Madrid
- Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad Complutense de Madrid

### Dr. Arauz de Robles, Santiago

- Jefe de la Unidad de Hombro en Clínica CEMTRO
- Jefe del Servicio de Urgencias Traumatológicas en Clínica CEMTRO
- Consultor e instructor de cirugía de hombro y rodilla para Arthrex, DePuy Johnson, Tornier/ Stryker y Smith&Nephew
- Licenciado en Medicina en la Universidad Autónoma de Madrid

### Dr. Ruiz Ibán, Miguel Ángel

- Responsable de la Unidad de Hombro y Codo en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica en el Hospital Universitario Ramón y Cajal y en el Hospital Universitario Madrid Sanchinarro
- Licenciado en Medicina y Cirugía en la Universidad Autónoma de Madrid
- Doctor en Medicina y Cirugía en la Universidad de Alcalá de Henares
- Máster en Gestión Clínica en Atención Especializada en el Instituto Europeo de Salid y Bienestar Social

### Dr. Maldonado Viloria, Adrián José

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Gregorio Marañón
- Médico Residente de Urgencias en la Policlínica Táchira
- Licenciado en Medicina en la Universidad de Los Andes
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Máster Título Propio en Peritaje Médico y Valoración del Daño Corporal en CEU – Universidad Cardenal Herrera

**Dra. Gómez Gómez, Ana Gloria**

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Médico Residente en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Licenciada en Medicina y Cirugía
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Ramón y Cajal
- Máster en Valoración de la Discapacidad y Daño Corporal en UNIVERNET, SERMEF e IMSERSO

**Dra. Mur Molina, Blanca**

- Médico adjunto del área de Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Médico adjunto de área en la Fundación Jiménez Díaz
- Licenciada en Medicina y Cirugía

**Dra. Aguirre Sánchez, Irene**

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Nostra Senyora de Meritxell, en Andorra
- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital García Orcoyen
- Graduada en Medicina en la Universidad de Navarra
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Complejo Hospitalario de Navarra
- Experto Universitario en Prescripción de Ejercicio Física en la UPNA
- Experto Universitario en Ecografía Musculoesquelética en la Universidad Francisco de Vitoria

**Dra. Sanz Heras, Diana**

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Rey Juan Carlos, Complejo Hospitalario de Ávila y Fundación Jiménez Díaz
- Licenciada en Medicina en la Universidad de Alcalá
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Gregorio Marañón
- Máster en Ecografía Musculoesquelética e Intervencionismo Ecoguiado en el CEU San Pablo

**Dr. Fernández López, Juan Marcelo**

- Cofundador y director de la Sociedad Española para el Estudio-avance de la Nutrición y Dietética Deportiva
- Especialista en Nutrición clínico-deportiva con asistencia a deportistas amateurs, semiprofesionales y profesionales
- Licenciado en Nutrición en la Universidad de Córdoba
- Máster Universitario y Doctorado en Nutrición y Metabolismo en la Universidad de Córdoba

**Dra. Martínez, Elena**

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Doctorada en Medicina por la Universidad de Alcalá
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación y Discapacidad Infantil

### Dra. Santos Oliete, María

- Especialista en el Servicio de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Ramón y Cajal
- Jefa de Servicio de Rehabilitación en la Clínica SEAR
- Responsable médico del equipo de Atención Temprana en el Centro Base de la Comunidad de Madrid (EVO)
- Licenciada en Medicina en la Universidad Complutense de Madrid
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Máster en Valoración de Discapacidades y del Daño Corporal en la Universidad de A Coruña

### Dra. Albaladejo Juárez, Olga

- Psicóloga y Coach especializada en Psicooncología y Psicología para la Salud en consulta propia
- Escritora y colaboradora habitual en diversas revistas y medios de comunicación para la divulgación de hábitos de vida saludables
- Psicóloga y Coach colaboradora especialista en Psicología de la Salud en MZK Medical, clínica de medicina integrativa y regenerativa
- Socia fundadora y directora de Salmah
- Licenciada en Psicología Clínica y Organizacional en la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Psicooncología y Cuidados Paliativos en la Universidad Complutense de Madrid
- Curso de Doctorado en Ciencias de la Salud en la Universidad Complutense de Madrid

### Dr. Crespo Hernández, Pablo

- Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología en los hospitales Ramón y Cajal y HM Sanchinarro
- Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología en el Hospital de San Rafael y Hospital Ruber Internacional
- Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid

### Dr. Miranda Bautista, Santiago Fidel

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Licenciado en Medicina y Cirugía
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Experto Universitario en Ecografía Musculoesquelética en la Universidad de La Rioja

### Dra. Domínguez Ibáñez, Silvia

- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Especialista en Medicina Física y Rehabilitación en la Fundación Jiménez Díaz
- Licenciada en Medicina en la Universidad de Alcalá
- Máster en Valoración de Incapacidades y Daño Corporal para la Protección Social



**Dra. Martín Cid, Teresa Yelitza**

- Especialista en la Unidad de Aparato Locomotor del Servicio de Rehabilitación del Hospital Ramón y Cajal
- Especialista en el Servicio de Rehabilitación y Medicina Deportiva del Hospital Universitario Quirón Pozuelo
- Licenciada en Medicina en la Universidad Autónoma de Madrid
- Especialidad en Medicina Física y Rehabilitación en la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Medicina Deportiva en la Escuela de Servicios Sanitarios y Sociales de Canarias
- Máster en Valoración de Discapacidad y Daño Corporal en la Universidad de A Coruña

**Dr. Pérez Expósito, Roque Emilio**

- Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Licenciado en Medicina en la Universidad de Navarra
- Máster en Actualización en Cirugía Ortopédica y Traumatología en la Universidad Cardenal Herrera CEU
- Máster Título Propio en Gestión Clínica, Dirección Médica y Asistencial en la Universidad Cardenal Herrera CEU

**Dr. Acosta Batlle, José**

- Especialista en Radiodiagnóstico en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- Especialista en Radiodiagnóstico en la Unidad Central de Radiodiagnóstico, Hospital Universitario Príncipe de Asturias, Hospital de ASEPEYO, Hospital Universitario Nuestra Señora del Prado y Hospital Universitario Severo Ochoa

05

# Estructura y contenido

Siguiendo las pautas de excelencia académica que definen a esta universidad, TECH ha seleccionado para esta titulación el material teórico y práctico más novedoso y dinámico del sector académico. El egresado que acceda a este Grand Master contará, no solo con un temario desarrollado en base a la metodología pedagógica más efectiva y eficaz, sino que encontrará en el Aula Virtual casos clínicos de pacientes reales extraídos de las consultas del equipo de expertos de esta entidad, para que pueda perfeccionar sus aptitudes médicas de manera específica. Además, contará con cientos de horas de material adicional en formato audiovisual, resúmenes dinámicos de cada unidad, artículos de investigación y lecturas complementarias para ahondar en cada apartado y obtener una visión más amplia y personalizada de este Grand Master.





*Gracias a este programa podrás desarrollar un conocimiento amplio y actualizado sobre el Live Training aplicado al coaching deportivo, así como sobre la importancia de las herramientas vivenciales en cada paciente"*

## **Módulo 1.** La lesión deportiva

1.1. Actividad física
  1.1.1. Ejercicio
  1.1.2. Deporte
1.2. La lesión deportiva
  1.2.1. Relevancia
  1.2.2. Etiología
  1.2.3. Clasificación de las lesiones deportivas
1.3. Prevención y fases de la lesión deportiva
1.4. Mecanismos de la lesión deportiva
1.5. Recuerdo fisiológico del sistema osteomuscular
1.6. Recuerdo fisiológico del sistema vascular
1.7. Recuerdo fisiológico del sistema cardiorrespiratorio
1.8. Recuerdo fisiológico del sistema inmunológico
1.9. Metabolismo del lactato
1.10. Condición física

## **Módulo 2.** Valoración del deportista

2.1. Medidas antropométricas
  2.1.1. Antropometría y Cineantropometría
  2.1.2. El método antropométrico y su implementación
  2.1.3. Medidas Antropométricas. Proporcionalidad. Tema. Composición corporal
2.2. Composición corporal
  2.2.1. Métodos de valoración de la composición corporal
  2.2.2. Fraccionamiento de la composición corporal
  2.2.3. Composición corporal nutrición y actividad física
  2.2.4. El somatotipo
2.3. Valoración clínica
2.4. Utilidad del Electrocardiograma y Ecocardiograma en la valoración cardiológica en el deportista sano
2.5. Utilidad de la prueba de esfuerzo en la valoración cardiológica en el deportista sano
2.6. Utilidad de la prueba de esfuerzo con consumo de oxígeno en el deportista
2.7. Ecografía en las lesiones deportivas
2.8. Papel de la RM en la lesión deportiva
2.9. Papel del TC en la lesión deportiva
2.10. Herramientas útiles en piscología del deporte

## **Módulo 3.** Lesiones y deporte

3.1. Natación
  3.1.1. Objetivos
  3.1.2. Epidemiología y etiología
  3.1.3. Lesiones más frecuentes
  3.1.4. Prevención y Rehabilitación
  3.1.5. Conclusiones
3.2. Ciclismo
  3.2.1. Objetivos
  3.2.2. Epidemiología y etiología
  3.2.3. Lesiones más frecuentes
  3.2.4. Prevención y Rehabilitación
  3.2.5. Conclusiones
3.3. Fútbol
  3.3.1. Objetivos
  3.3.2. Epidemiología y etiología
  3.3.3. Lesiones más frecuentes
  3.3.4. Prevención y Rehabilitación
  3.3.5. Conclusiones



3.4. Carrera/atletismo
- 3.4.1. Objetivos
- 3.4.2. Epidemiología y etiología
- 3.4.3. Lesiones más frecuentes
- 3.4.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.4.5. Conclusiones

3.5. Raqueta
- 3.5.1. Objetivos
- 3.5.2. Epidemiología y etiología
- 3.5.3. Lesiones más frecuentes
- 3.5.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.5.5. Conclusiones

3.6. Esquí
- 3.6.1. Objetivos
- 3.6.2. Epidemiología y etiología
- 3.6.3. Lesiones más frecuentes
- 3.6.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.6.5. Conclusiones

3.7. Danza
- 3.7.1. Objetivos
- 3.7.2. Epidemiología y etiología
- 3.7.3. Lesiones más frecuentes
- 3.7.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.7.5. Conclusiones

3.8. Baloncesto
- 3.8.1. Objetivos
- 3.8.2. Epidemiología y etiología
- 3.8.3. Lesiones más frecuentes
- 3.8.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.8.5. Conclusiones

3.9. Otros deportes: hockey, rugby, triatlón
- 3.9.1. Objetivos
- 3.9.2. Epidemiología y etiología
- 3.9.3. Lesiones más frecuentes
- 3.9.4. Prevención y Rehabilitación
- 3.9.5. Conclusiones

3.10. *Return to play*

## **Módulo 4.** Lesiones deportivas del miembro superior

4.1. Patología del manguito rotador
- 4.1.1. Anatomía y biomecánica
- 4.1.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.1.3. Diagnóstico
- 4.1.4. Tratamiento. *Return to play*

4.2. Fractura de clavícula y luxación acromio-clavicular
- 4.2.1. Anatomía y biomecánica
- 4.2.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.2.3. Diagnóstico
- 4.2.4. Tratamiento. *Return to play*

4.3. Inestabilidad de hombro
- 4.3.1. Anatomía y biomecánica
- 4.3.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.3.3. Diagnóstico
- 4.3.4. Tratamiento. *Return to play*

4.4. Fractura de la extremidad proximal húmero
- 4.4.1. Anatomía y biomecánica
- 4.4.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.4.3. Diagnóstico
- 4.4.4. Tratamiento. *Return to play*

4.5. Patología del bíceps
- 4.5.1. Anatomía y biomecánica
- 4.5.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.5.3. Diagnóstico
- 4.5.4. Tratamiento. *Return to play*

4.6. Patología insercional de codo: epicondilitis, epitrocleítis
- 4.6.1. Anatomía y biomecánica
- 4.6.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.6.3. Diagnóstico
- 4.6.4. Tratamiento. *Return to play*

4.7. Patología traumática de codo
- 4.7.1. Anatomía y biomecánica
- 4.7.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.7.3. Diagnóstico
- 4.7.4. Tratamiento. *Return to play*

4.8. Lesiones de muñeca: fractura, esguince, luxación
- 4.8.1. Anatomía y biomecánica
- 4.8.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.8.3. Diagnóstico
- 4.8.4. Tratamiento. *Return to play*

4.9. Lesiones de la mano
- 4.9.1. Anatomía y biomecánica
- 4.9.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 4.9.3. Diagnóstico
- 4.9.4. Tratamiento. *Return to play*

4.10. Neuropatías en miembro superior

## **Módulo 5.** Lesiones deportivas del miembro inferior

5.1. Lesiones de cadera
- 5.1.1. Anatomía y biomecánica
- 5.1.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.1.3. Diagnóstico
- 5.1.4. Tratamiento. *Return to play*

5.2. Patología aparato extensor de rodilla
- 5.2.1. Anatomía y biomecánica
- 5.2.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.2.3. Diagnóstico
- 5.2.4. Tratamiento. *Return to play*

5.3. Tendinopatías de rodilla
- 5.3.1. Anatomía y biomecánica
- 5.3.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.3.3. Diagnóstico
- 5.3.4. Tratamiento. *Return to play*

5.4. Lesiones ligamentosas de rodilla
- 5.4.1. Anatomía y biomecánica
- 5.4.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.4.3. Diagnóstico
- 5.4.4. Tratamiento y rehabilitación postoperatoria
- 5.4.5. Prevención de la rotura del ligamento cruzado anterior

5.5. Lesiones meniscales
- 5.5.1. Anatomía y biomecánica
- 5.5.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.5.3. Diagnóstico
- 5.5.4. Tratamiento y rehabilitación postoperatoria
- 5.5.5. Prevención de las lesiones meniscales
- 5.5.6. Otras lesiones ligamentosas en la rodilla del deportista
- 5.5.7. Ligamento colateral medial y esquina posteromedial
- 5.5.8. Ligamento cruzado posterior
- 5.5.9. Ligamento colateral externo y esquina posterolateral
- 5.5.10. Lesiones multiligamentosas y luxaciones de rodilla

5.6. Lesiones ligamentosas e inestabilidad de tobillo
- 5.6.1. Anatomía y biomecánica
- 5.6.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.6.3. Diagnóstico
- 5.6.4. Tratamiento. *Return to play*

5.7. Patología articular de tobillo
- 5.7.1. Anatomía y biomecánica
- 5.7.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.7.3. Diagnóstico
- 5.7.4. Tratamiento. *Return to play*

5.8. Lesiones del pie
- 5.8.1. Anatomía y biomecánica
- 5.8.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 5.8.3. Diagnóstico
- 5.8.4. Tratamiento. *Return to play*

5.9. Hematomas y roturas musculares

5.10. Neuropatías miembro inferior

## **Módulo 6.** Lesiones deportivas en columna

6.1. Biomecánica de la patología y lesión de raquis en el deporte

6.2. Patología cervical
- 6.2.1. Anatomía y biomecánica
- 6.2.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 6.2.3. Diagnóstico
- 6.2.4. Tratamiento. *Return to play*

6.3. Espondilólisis-espondilolistesis
- 6.3.1. Anatomía y biomecánica
- 6.3.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 6.3.3. Diagnóstico
- 6.3.4. Tratamiento. *Return to play*

6.4. Otras causas de raquialgia
- 6.4.1. Dolor facetario
- 6.4.2. Fracturas
- 6.4.3. Esguinces

6.5. Patología discal
- 6.5.1. Anatomía y biomecánica
- 6.5.2. Mecanismo lesional y clasificación
- 6.5.3. Diagnóstico
- 6.5.4. Tratamiento. *Return to play*

6.6. Halterofilia y físioculturismo
- 6.6.1. Lesiones en raquis

6.7. Deformidades vertebrales y deporte

6.8. Tratamiento con ortesis vertebrales en el deporte

6.9. Intervencionismo en raquis

6.10. Columna en el deportista
- 6.10.1. Alternativas diagnósticas y terapéuticas a tener en cuenta

## **Módulo 7.** Deporte en situaciones específicas

7.1. Mujer y deporte
- 7.1.1. Situación actual del deporte en la mujer
- 7.1.2. Embarazo y deporte
- 7.1.3. Puerperio, lactancia y deporte
- 7.1.4. Conclusiones

7.2. Cáncer
- 7.2.1. Beneficios del deporte en el cáncer
- 7.2.2. Actividad física en cuidados paliativos
- 7.2.3. Intervención específica
- 7.2.4. Conclusiones

7.3. Patología respiratoria

7.4. Osteoporosis

7.5. Fragilidad

7.6. Enfermedades reumáticas

7.7. Diabetes
- 7.7.1. Efectos sobre el control glucémico de los diferentes tipos de ejercicio
- 7.7.2. Evaluación médica previa al ejercicio
- 7.7.3. Modificaciones en la alimentación
- 7.7.4. Ajuste de fármacos
- 7.7.5. Pautas de entrenamiento

7.8. Covid-19

7.9. Deporte en enfermedad cardiovascular

7.10. Población infantil

## **Módulo 8.** Manejo terapéutico en lesiones deportivas

8.1. Ejercicio terapéutico

8.2. Fisioterapia

8.3. Vendajes

8.4. Terapia Manual

8.5. Infiltraciones

8.6. Bloqueos nerviosos

8.7. Radiofrecuencia

8.8. Medicina regenerativa I
- 8.8.1. Normas de uso clínico
- 8.8.2. Consideraciones clínicas y administrativas

8.9. Medicina regenerativa II
- 8.9.1. Terapias con PRP
- 8.9.2. Terapias con células madres
- 8.9.3. Productos amnióticos y otros
- 8.9.4. Rehabilitación tras las terapias regenerativas

8.10. Nuevas tecnologías

## **Módulo 9.** Dopaje y nutrición en el deporte

9.1. Nutrición básica
- 9.1.1. Sistemas energéticos
- 9.1.2. Procesos básicos de absorción y utilización de nutrientes
- 9.1.3. Regulación de la temperatura corporal en el ejercicio
- 9.1.4. Intervención nutricional
- 9.1.5. La comunicación en el seguimiento nutricional

9.2. Métodos de determinación de la ingesta alimentaria
- 9.2.1. Evaluación dietética del deportista
- 9.2.2. Encuestas dietéticas
- 9.2.3. Determinación del gasto y necesidades energéticas
- 9.2.4. Indicadores de la ingesta y suficiencia alimentaria

9.3. Dietética deportiva
- 9.3.1. Recomendación de nutrientes
- 9.3.2. Pruebas y valoraciones para el seguimiento del deportista
- 9.3.3. Reposición de líquidos y electrolitos

9.4. Nutrición deportiva y necesidades nutricionales especiales
- 9.4.1. Nutrición en carreras populares
- 9.4.2. Nutrición en trail runnig
- 9.4.3. Nutrición en deportes de equipo
- 9.4.4. Nutrición en deportes de combate

9.5. Suplementos nutricionales en el deporte
- 9.5.1. Clasificación de ayudas ergogénicas nutricionales
- 9.5.2. Principales ayudas ergogénicas nutricionales
- 9.5.3. Etiquetado nutricional de suplementos
- 9.5.4. La decisión en la indicación de suplementos dietéticos nutricionales

9.6. El dopaje

9.7. Sustancias dopantes y diagnóstico de laboratorio

9.8. Dopaje genético y dopaje no intencionado

9.9. Reglas y regulación

9.10. Deportes y dopaje
- 9.10.1. Prevención del dopaje

## **Módulo 10.** Deporte adaptado y discapacidad

10.1. Personas con discapacidad

10.2. Personas con discapacidad y práctica deportiva
- 10.2.1. Material específico

10.3. Incorporación de las personas con discapacidad al deporte
- 10.3.1. Experiencia de buenas prácticas

10.4. Deporte base y deporte de competición para personas con discapacidad

10.5. El ecosistema nacional e internacional del deporte de personas con discapacidad

10.6. Las clasificaciones en el deporte para personas con discapacidad

10.7. Deporte para personas con discapacidad y dopping

10.8. Lesiones en deportistas con discapacidad

10.9. Investigación en el deporte para personas con discapacidad

10.10. Experiencia personal del deportista paralímpico

## **Módulo 11.** Fundamentos básicos de la psicología deportiva

11.1. Introducción a la Psicología del deporte

11.2. Sociología del deporte y clasificación

11.3. Bases neurológicas básicas

11.4. Habilidades y Aprendizaje motriz

11.5. Modelos de Intervención Psicológica
- 11.5.1. De la demanda a la intervención. La intervención en el entrenamiento y en la competición
- 11.5.2. Niveles competitivos: deporte alto rendimiento, deporte de tecnificación y deporte base
- 11.5.3. Efectos y utilidad del psicólogo deportivo
- 11.5.4. Psicología del deporte en la actualidad

## **Módulo 12.** Liderazgo y gestión de equipos de alto rendimiento

12.1. Origen e historia de los Estilos de liderazgo
12.2. Estilo de liderazgo transformacional y transaccional
12.3. Estilo de liderazgo y Seguidores
12.4. Bases de los equipos de Alto Rendimiento
12.5. Definir el Reto de Alto Rendimiento
12.6. Plan de Acción
12.7. Sostenibilidad y Mantenimiento del Alto Rendimiento
12.8. Tipos de liderazgo y Entrenadores en el ámbito deportivo
12.9. Situaciones de riesgo del deportista
12.10. Autocuidado de los deportistas de alto rendimiento y de sus "cuidadores"

## **Módulo 13.** Aplicaciones del *coaching* en el mundo del deporte

13.1. Orígenes y antecedentes del *coaching*
13.2. Escuelas y corrientes actuales
13.3. Modelos de trabajo
13.4. Diferencias del *coaching* y otros abordajes
13.5. Competencias del *Coach* y Código deontológico
13.6. *Coaching* Coactivo
13.7. Proceso básico de *Coaching* individual
13.8. Metodología de un proceso de *Coaching* deportivo
13.9. Diseño de planes de trabajo y *Coaching* sistémico y de equipos
13.10. Procesos de evaluación del *coaching*

## **Módulo 14.** Técnicas psicológicas aplicadas al deporte

14.1. El deporte inclusivo y deportes específicos
14.2. La toma de decisiones en el deporte
14.3. Entrenando al Entrenador. El acompañamiento de los técnicos.
14.4. Establecimiento de Objetivos y planes de competición integrales
14.5. Técnicas para favorecer la confianza y el autocontrol emocional.
14.6. Efectos de generar de conciencia sobre lo aprendido en: la confianza, la autoeficacia y el rendimiento
14.7. Entrenamiento en autoinstrucciones
14.8. Mindfulness aplicado al deporte
14.9. PNL aplicada al deporte
14.10. La motivación y la emoción

## **Módulo 15.** Liderazgo aplicado en deporte individual y colectivo

15.1. Psicólogo deportivo vs *coach*
15.2. Entrenamiento psicológico
15.3. Los condicionantes psicológicos del rendimiento y gestión del talento
15.4. Mentalidad de equipo y elementos básicos de intervención
15.5. Habilidades de la comunicación
15.6. Intervención frente al estrés y ansiedad
15.7. Afrontamiento de la derrota/Prevención del *burnout*
15.8. Herramientas vivenciales: *Live Training* aplicado al *Coaching* deportivo
15.9. Deporte extremo: talento, fuerza mental, y ética en el desarrollo deportivo
15.10. Auto liderazgo. La gestión de uno mismo
15.11. El líder *Coach* y la gestión de equipos, ética y *coaching*
15.12. Herramientas de diagnóstico en los equipos y en las organizaciones deportivas
15.13. Diseño de planes de intervención en los equipos y desarrollo organizacional

## **Módulo 16.** Herramientas de facilitación para el psicólogo y *coach* deportivo

16.1. El trabajo interdisciplinar (readaptador, fisioterapeuta, nutricionista, médico, etc.)
16.2. Herramientas de evaluación del deportista
16.3. Entrenamiento psicológico de deportes específicos
16.4. Optimización del aprendizaje del deportista y búsqueda de regularidad en el rendimiento
16.5. Pirámide Psicológica del rendimiento deportivo
16.6. Abordaje psicológico de las lesiones y readaptación
16.7. La retirada en el deporte profesional
16.8. Consumo de sustancias y otros riesgos
16.9. Neurociencia aplicada a la percepción y el rendimiento
16.10. Herramientas vivenciales: *Live Training*

## **Módulo 17.** Marca personal y gestión de herramientas digitales

17.1. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)
17.2. Principios básicos de marketing digital
17.3. Internet, la web, la web 2.0 y la web 3.0
17.4. Posicionamiento de marca personal
17.5. Manejo de redes sociales
17.6. El deportista y el uso de sus redes e intervenciones en los medios
17.7. Generación de marketing de contenido a través de diferentes plataformas: blog, podcast, video blogs, etc.
17.8. Habilidades de comunicación con los medios
17.9. Técnicas de persuasión e influencia

## **Módulo 18.** La transformación cultural en las organizaciones deportivas

18.1. Las organizaciones deportivas impulsadas por valores. Misión y visión
18.2. Herramientas empresariales para comunicación y coordinación
18.3. Estrategia corporativa y estrategia tecnológica
18.4. Cultura y clima organizacional
18.5. Liderazgo organizacional
18.6. Herramientas del *coaching* ejecutivo
18.7. Dinámicas y técnicas de intervención en la organización deportiva

## **Módulo 19.** El psicólogo y el *coach* como facilitador

19.1. Psicólogo y *coach*: protagonistas del proceso
19.2. Dinámica de grupo y equipo
19.3. Refuerzo y castigo
19.4. Concentración y visualización
19.5. Valores y actitudes del deporte
19.6. Personalidad del deportista
19.7. Evaluación y diagnóstico de problemas frecuentes
19.8. Diseño de talleres y sesiones de intervención
19.19. Fases y sesiones de intervención
19.10. Elaboración de proyectos e Investigación aplicada

## **Módulo 20.** Los e-Sports

20.1. ¿Qué son los e-Sports?
20.2. La industria del videojuego y su importancia para la psicología
20.3. Gestión de jugadores
20.4. Gestión de clubes
20.5. La figura del psicólogo, rol y funciones
20.6. Adicción a los videojuegos
20.7. Riesgos de las redes sociales dentro de los e-sports
20.8. Evaluación e intervención psicológica
20.9. Prevención de la depresión
20.10. Futuro de los e-sports y la figura del psicólogo





*Matricúlate ahora en este Grand Master y únete a los miles de especialistas de la medicina satisfechos con TECH y con la exhaustividad y profesionalidad de todos sus programas académicos"*

06

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización"*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*




Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del médico.

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomasen decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard"*

**La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:**

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



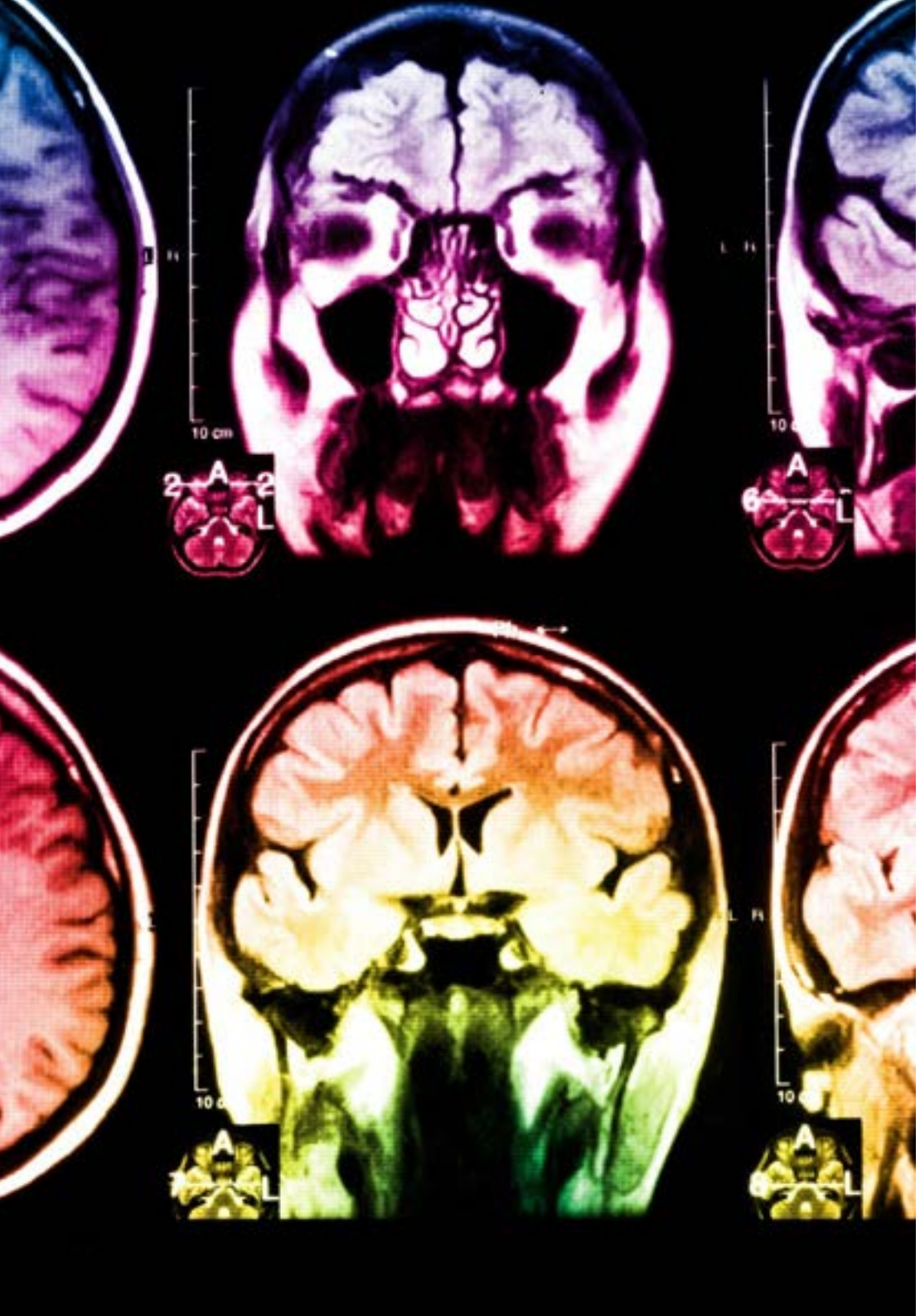
## Relearning Methodology

TECH potencia el uso del método del caso de Harvard con la mejor metodología de enseñanza 100% online del momento: el Relearning.

Esta universidad es la primera en el mundo que combina el estudio de casos clínicos con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina un mínimo de 8 elementos diferentes en cada lección, y que suponen una auténtica revolución con respecto al simple estudio y análisis de casos.

*El profesional aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*





Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología, se han capacitado más de 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.

**Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:**

### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.

### Técnicas quirúrgicas y procedimientos en video

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.

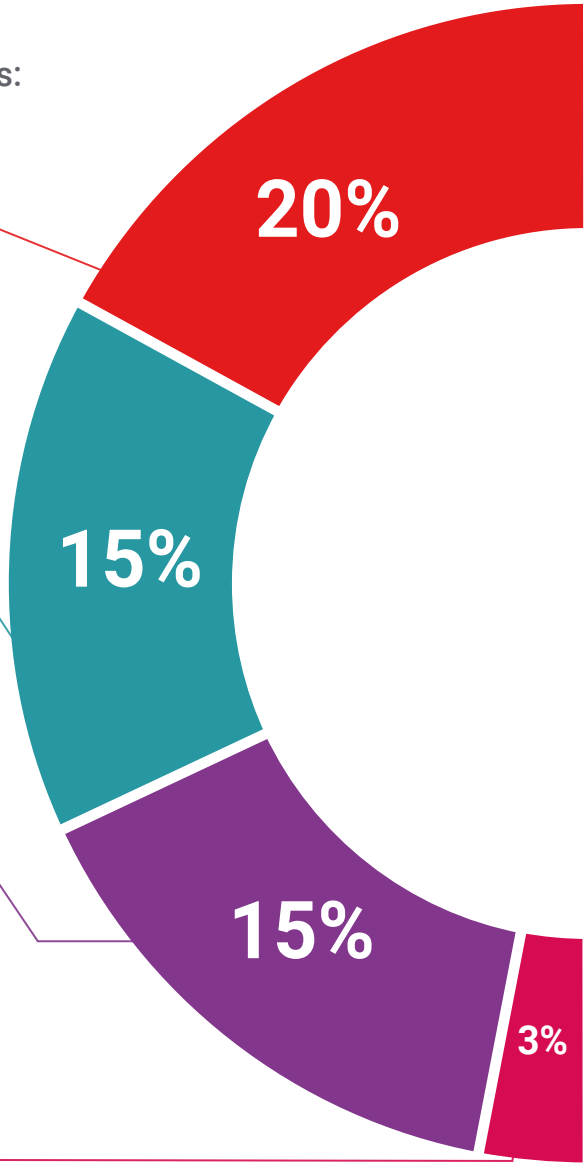
### Resúmenes interactivos

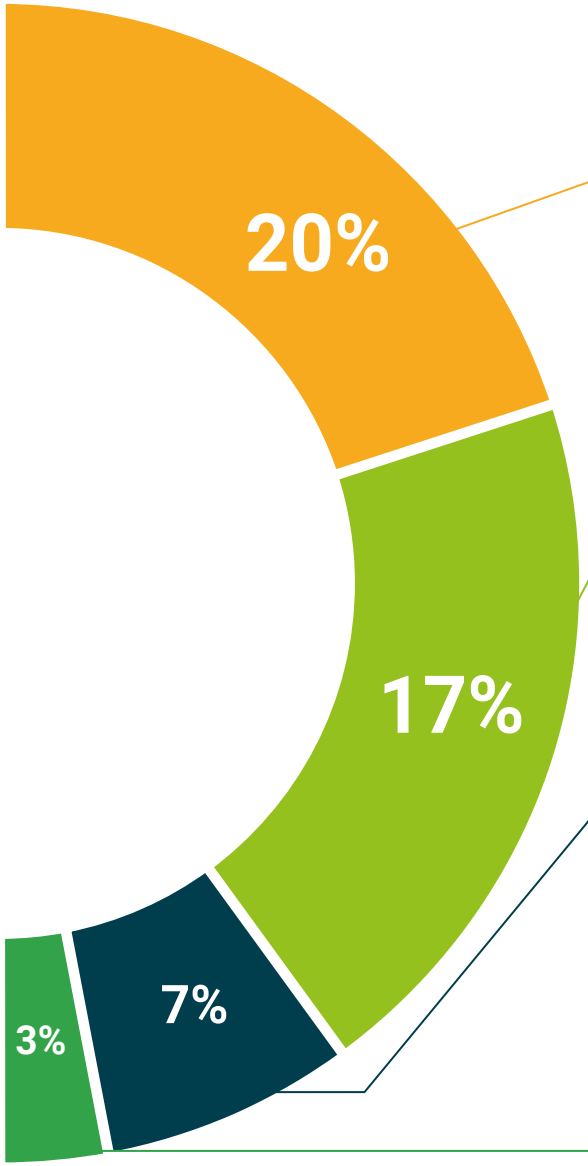
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".

### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.






### Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.

### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.

### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.

### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.

07

# Titulación

El Grand Master en Medicina y Psicología del Deporte garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Grand Master expedido por TECH Universidad Tecnológica.





*Al superar con éxito este programa, recibirás tu titulación de TECH sin necesidad de realizar complicados trámites"*

Este **Grand Master en Medicina y Psicología del Deporte** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Grand Master** emitido por **TECH Universidad Tecnológica.**

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Grand Master, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Grand Master en Medicina y Psicología del Deporte**
Nº Horas Oficiales: **3.000 h.**

**Avalado por la NBA**


tech universidad tecnológica

Otorga la presente

CONSTANCIA

a

C. _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

GRAND MASTER

en

Medicina y Psicología del Deporte

Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 3.000 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos


Grand Master en Medicina y Psicología del Deporte

Distribución General del Plan de Estudios

| Curso | Materia | Horas | Carácter |
|---|---|---|---|
| 1º | La lesión deportiva | 150 | OB |
| 1º | Valoración del deportista | 150 | OB |
| 1º | Lesiones y deporte | 150 | OB |
| 1º | Lesiones deportivas del miembro superior | 150 | OB |
| 1º | Lesiones deportivas del miembro inferior | 150 | OB |
| 1º | Lesiones deportivas en columna | 150 | OB |
| 1º | Deporte en situaciones específicas | 150 | OB |
| 1º | Manejo terapéutico en lesiones deportivas | 150 | OB |
| 1º | Dopaje y nutrición en el deporte | 150 | OB |
| 1º | Deporte adaptado y discapacidad | 150 | OB |
| 2º | Fundamentos básicos de la psicología deportiva | 150 | OB |
| 2º | Liderazgo y gestión de equipos de alto rendimiento | 150 | OB |
| 2º | Aplicaciones del *coaching* en el mundo del deporte | 150 | OB |
| 2º | Técnicas psicológicas aplicadas al deporte | 150 | OB |
| 2º | Liderazgo aplicado en deporte individual y colectivo | 150 | OB |
| 2º | Herramientas de facilitación para el psicólogo y *coach* deportivo | 150 | OB |
| 2º | Marca personal y gestión de herramientas digitales | 150 | OB |
| 2º | La transformación cultural en las organizaciones deportivas | 150 | OB |
| 2º | El psicólogo y el *coach* como facilitador | 150 | OB |
| 2º | Los e-Sports | 150 | OB |

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

tech universidad tecnológica

*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional

salud

personas

enseñanza

comunidad

innovación

conocimiento

instituciones



tech universidad tecnológica

# Grand Master

## Medicina y Psicología del Deporte

Modalidad: **Online**

Duración: **2 años**

Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**

Horas lectivas: **3.000 h.**

# Grand Master

## Medicina y Psicología del Deporte

Avalado por la NBA



tech universidad tecnológica